

【詳細献立表】

詳細献立表の記号について

★… 特定原材料8品目(小麦・卵・乳・えび・かに・落花生・そば・くるみ)を含む食材です。

2026年2月1日～2026年2月28日

センター南大沢 2026-01-13 印刷

2月2日(月)		2月3日(火)		2月4日(水)		2月5日(木)		2月6日(金)	
献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g
【ごはん】		【ごはん】		【コッペパン】		【ビビンバ】		【コーンピラフ】	
米	91.00	米	91.00	★コッペパン70g	70.00	米	91.00	米	74.00
水	0.00	水	0.00	スライス代	0.00	水	0.00	水	0.00
【鰯の照り焼き】		【いわしの甘辛揚げ】		【ハンバーグ】		牛すじ肉	35.00	ウインナー1cm輪切り	10.00
ぶり切身70g	70.00	いわしフィーレ	70.00	1/2絞り豆腐	45.00	根しうが	0.50	たまねぎ	20.00
酒	2.50	でんぶん	7.50	豚もも挽肉	50.00	切干したいこん	5.00	マッシュルーム	5.00
しょうゆ	0.60	揚油	3.80	たまねぎ	40.00	ごま油	1.00	(冷)ホールコーン	15.00
根しうが	1.00	しょうゆ	4.50	生しいたけ	2.00	トウバンジャン	0.13	油	0.65
鉄板油	0.00	さとう	3.50	油	1.00	酒	1.30	パセリ(乾)	0.05
みりん	4.90	根しうが	1.30	★殺菌液卵	8.00	さとう	3.00	油	0.65
さとう	1.40	みりん	4.50	★パン粉	7.00	しょうゆ	4.00	塩	1.00
しょうゆ	4.30	水	4.50	★調理用牛乳	4.00	みりん	2.50	こしょう	0.03
でんぶん	0.50	白いりごま	0.70	★スキムミルク	2.00	にんじん	10.00		
水	1.80			塩	0.65	豆もやし	25.00	【白身魚のハーブ焼き】	
		【けんちん汁】		こしょう	0.03	こまつな	20.00	さわら切身70g	70.00
【旬の大根と人参のサラダ】		豆腐(絹ごし)	20.00	鉄板油	1.00	塩	0.40	塩	0.40
きゅうり	20.00	型抜きかまぼこ鬼	5.00	トマトケチャップ	3.00	白いりごま	0.60	こしょう	0.02
にんじん	15.00	油揚げ	13.00	トマトピューレ	3.00	ごま油	1.00	白ワイン	2.00
だいこん	35.00	ごぼう	10.00	ウスターソース	2.00			セロリー	0.25
ツナ	11.00	にんじん	10.00	さとう	0.05	【ポップピーンズ】		乾燥バジル	0.10
塩昆布	1.20	ながねぎ	10.00			大豆	15.00	にんにく	0.30
塩	0.50	さといも	20.00	【ポテトサラダ】		でんぶん	4.00	パセリ(乾)	0.10
ごま油	1.50	だいこん	10.00	じゃがいも	40.00	揚油	3.00	オリーブ油	1.00
		こんにゃく短冊	10.00	にんじん	3.00	青のり	0.15		
		サラダ油	0.80	さゆうり	5.50	塩	0.10	【ポテトカルボナーラ】	
【生姜とごぼうのみそ汁】		塩	0.50	(冷)むき枝豆	5.50			じゃがいも	60.00
根しうが	0.80	しょうゆ	6.00	★マヨネーズ	8.40	【コーンと卵のスープ】		にんじん	5.00
豚バラこま肉	5.00	濃縮だしおかつお	10.00	ツナ	7.00	★卵	20.00	(冷)むき枝豆	5.00
にんじん	15.00	水	100.00	たまねぎ	2.50	たまねぎ	30.00	ベーコン千切り	4.00
ごぼう	30.00				0.84	(冷)ホールコーン	10.00	にんにく	0.30
まいもん	8.00	【土佐和え】		酢	0.45	クリームコーン缶	30.00	サラダ油	0.30
ながねぎ	10.00	だいこん	30.00	塩	0.02			★生クリーム	4.00
豆腐(絹ごし)	25.00	きゅうり	25.00	こしょう		こしょう	0.02	★調理用牛乳	4.00
こまつな	5.00	にんじん	10.00	【わかめと卵のスープ】		だしこんぶ	0.20	★粉チーズ	3.00
サラダ油	1.00	塩	0.20	カットわかめ	0.50	けずり節	4.00		
みそ	11.50	しょうゆ	0.90	たけのこ缶	15.00	水	120.00	塩	0.25
濃縮だしおかつお	10.00	根しうが	0.50	ながねぎ	20.00	でんぶん	0.50	黒こしょう	0.02
水	105.00	レモン(果汁、生)	0.60	(冷)ホールコーン	10.00				
		かつおぶし粉	0.30	★卵	18.00	【牛乳】		ミネストローネ・ミラネーゼ】	
【牛乳】				塩	1.10	★牛乳	206.00	米	3.00
★牛乳	206.00	【大豆黒糖】		こしょう	0.02			ベーコン千切り	10.00
		煎り大豆	8.00	しょうゆ	1.20			油	0.40
		黒砂糖	2.20	ごま油	0.50			たまねぎ	35.00
		水	1.00	けずり節	4.00			にんじん	15.00
				水	135.00			キャベツ	20.00
		【牛乳】		白いりごま	1.00			セロリー	1.00
		★牛乳	206.00	でんぶん	1.50			うずら豆	3.00
								塩	1.00
		【牛乳】						こしょう	0.03
		★牛乳	206.00					けずり節	4.00
								水	120.00
								【果物(みかん)】	
								みかん	0.00
								【牛乳】	
								★牛乳	206.00

〔 詳 細 献 立 表 〕

詳細献立表の記号について

★… 特定原材料8品目(小麦・卵・乳・えび・かに・落花生・そば・くるみ)を含む食材です。

2026年2月1日～2026年2月28日

センター南大沢 2026-01-13 印刷

2月9日(月)		2月10日(火)		2月12日(木)		2月13日(金)		2月16日(月)	
献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g
【かてめし】		【ご飯】		【はちつこつけ麺】		【ガーリックライス】		【ファンモン★エッグカレー】	
米	80.00	米	91.00	★むし中華めん	150.00	米	85.00	米	91.00
水	0.00	水	0.00			水	0.00	水	0.00
鶏もも皮なしこま肉	10.00			豚バラ千切肉	20.00	オリーブ油	1.00	鶏もも皮なしこま肉	25.00
にんじん	11.00	【厚焼き卵】		たけのこ缶	8.00	パセリ(乾)	0.05	じゃがいも	40.00
干しいたけ(スライス)	0.80	★殺菌液卵	60.00	根しようが	0.40	にんにく	0.90	たまねぎ	75.00
焼き竹輪	5.00	鶏もも皮なし挽肉	8.00	ごま油	0.60	塩	0.40	にんじん	20.00
油揚げ	5.00	たまねぎ	30.00	しょうゆ	0.60	こしょう	0.02	にんにく	0.20
根しようが	1.00	にんじん	10.00	さとう	0.20			根しようが	0.80
(冷)むき枝豆	5.00	干しいたけ(スライス)	0.30	酒	0.50	【チキンのトマト煮込み】		サラダ油	1.70
みりん	2.00	油	0.50	★なると	10.00	鶏もも皮なし角切り肉	85.00	★薄力粉	9.00
しょうゆ	5.00	さとう	1.10	もやし	20.00	塩	0.20	★バター	4.50
酒	1.20	しょうゆ	1.10	(冷)ホールコーン	8.00	こしょう	0.01	サラダ油	5.00
サラダ油	1.20	塩	0.40	こまつな	15.00	白ワイン	1.00	カレー粉	0.55
白いりごま	1.00	水(だし汁)	5.00	塩	0.70	にんにく	0.20	トマトケチャップ	4.50
		鉄板油	1.00	こしょう	0.02	根しようが	0.20	ウスターソース	1.00
【桑都焼き】				しょうゆ	4.00	サラダ油	2.00	中濃ソース	1.70
さけ切身70g	70.00	【ごま和え】		煮干し	3.00	たまねぎ	50.00	塩	1.65
★マヨネーズ	5.00	こまつな	15.00	けずり節	3.00	にんじん	20.00	こしょう	0.02
西京みそ	3.00	もやし	30.00	チンタンスープ	20.00	マッシュルーム	5.00	カレー粉	0.45
桑の葉粉	0.14	にんじん	7.00	水	105.00	じゃがいも	40.00	しょうゆ	1.40
酒	0.70	しめじ	4.00	たまねぎ	20.00	バジル(粉)	0.10	水	82.00
塩	0.30	油揚げ	5.00			トマトケチャップ	10.00	★うずらの卵	20.00
小判型カップ	0.00	さとう	1.20	【うずらの卵(3個)】		ホールトマト	20.00		
		しょうゆ	2.23	★うずらの卵	30.00	中濃ソース	2.50	【ペイペイズ太陽サラダ】	
【野菜のピリ辛漬け】		白つきごま	1.50	水(だし汁)	10.00	塩	0.60	キャベツ	30.00
キャベツ	15.00					水	18.00	(冷)ホールコーン	10.00
だいこん	30.00	【八王子産米の粕汁】		【さつまフレンチ】				ブロッコリー	20.00
にんじん	10.00	豚バラこま肉	8.00	さつまいもフレンチ	90.00			酢	2.00
しょうゆ	0.80	ごぼう	12.00	揚油	4.00	【フレンチサラダ】		サラダ油	2.00
さとう	0.40	だいこん	20.00	塩	0.20	キャベツ	30.00	さとう	0.65
塩	0.30	にんじん	12.00			にんじん	10.00	塩	0.65
一味唐辛子	0.01	ながねぎ	12.00	【野菜の南蛮漬け】		きゅうり	20.00	こしょう	0.01
酢	0.40	こんにゃく短冊	12.00	きゅうり	55.00	(冷)ホールコーン	10.00	にんじん	5.20
ごま油	0.20	油揚げ	6.00	ごま油	0.50	酢	2.00	たまねぎ	1.30
白いりごま	0.40	こまつな	10.00	しょうゆ	2.00	オリーブ油	2.50		
		みそ	8.00	さとう	0.50	さとう	1.30	【桑の都クラフティ】	
【絹のお吸い物】		しょうゆ	0.60	塩	0.06	塩	0.50	★卵	8.00
ながねぎ	10.00	塩	0.30	酢	0.60	からし(粉)	0.05	★調理用牛乳	13.00
えのきたけ	10.00	酒かす	3.50	一味唐辛子	0.01			さとう	4.00
にんじん	10.00	だしこんぶ	0.20					★生クリーム	10.00
豆腐(絹ごし)	20.00	けずり節	4.00	【牛乳】				★薄力粉	1.00
★そうめん	2.00	水	120.00	★牛乳	206.00	米粉	10.00	コーンスター	0.20
冷凍白玉団子(上新粉)	30.00					ピュアココア	3.00	桑の葉(粉)	0.20
カットわかめ	0.30	【茎わかめのにんにく炒め】				ベーキングパウダー	1.00	黄桃缶	40.00
しょうゆ	1.50	くさりわかめ	15.00			さとう	0.50	浅押し小判型カップ	0.00
塩	0.80	ちりめんじゃこ	2.00			★卵	8.00		
だしこんぶ	0.30	にんにく	0.50			★バター	6.00	【牛乳】	
けずり節	5.00	ごま油	0.60			★調理用牛乳	6.00	★牛乳	206.00
水	120.00	しょうゆ	0.80			★チョコチップ	3.00		
		みりん	1.00			ミニマドレーヌカップ	1.00		
【果物(みかん)】		白いりごま	1.00						
みかん	50.00					【牛乳】			
						★牛乳	206.00		
【牛乳】		【牛乳】							
★牛乳	206.00	★牛乳	206.00						

【 詳 細 献 立 表 】

詳細献立表の記号について

★… 特定原材料8品目(小麦・卵・乳・えび・かに・落花生・そば・くるみ)を含む食材です。

2026年 2月 1日 ~ 2026年 2月28日

センター南大沢 2026-01-13 印刷

2月17日(火) 献立名/食品名		2月18日(水) 献立名/食品名		2月19日(木) 献立名/食品名		2月20日(金) 献立名/食品名		2月24日(火) 献立名/食品名	
	g		g		g		g		g
【ごはん】		【国産小麦 ロッペパン】		【ごはん】		【ごはん】		【牛丼】	
米	91.00	★パン70g	70.00	米	91.00	米	91.00	米	91.00
水	0.00			水	0.00	水	0.00	水	0.00
【手作りりんごジャム】									
りんご	25.00	【鮭の塩焼き】		【マーボー豆腐】		牛こま肉		70.00	
鶏もも皮なし切身70g	70.00	りんご	20.00	甘塩鮭70g	72.10	豆腐(絹ごし)	90.00	しらたき	30.00
根しょうが	0.40	レモン(果汁、生)	0.50	油	0.00	豚かた挽肉	30.00	たまねぎ	40.00
酒	1.50	さとう	6.50			ながねぎ	30.00	根しょうが	1.00
★薄力粉	3.50	水	3.00	【青菜のからしあえ】		にんじん	27.00	さとう	3.50
でんぶん	3.50			もやし	25.00	にら	5.00	みりん	2.50
揚油	3.00	【クリームシチュー】		こまつな	20.00	根しょうが	1.50	しょうゆ	8.50
トマトケチャップ	4.50	鶏もも皮なしこま肉	30.00	にんじん	5.00	ににく	0.30		
はちみつ	3.00	ペーパン短冊	15.00	かまぼこ	5.00	干しいたけ(スライス)	0.50	【野菜の彩り和え】	
トウバジンジャン	0.15	じゃがいも	35.00	しょうゆ	2.00	サラダ油	1.00	こまつな	20.00
にんにく	0.50	にんじん	20.00	みりん	1.60	さとう	2.20	もやし	25.00
みりん	2.00	たまねぎ	40.00	さとう	0.10	しょうゆ	6.00	にんじん	10.00
しょうゆ	2.50	はくさい	40.00	塩	0.10	赤みそ	6.60	しめじ	5.00
さとう	1.50	マッシュルーム	10.00	からし(粉)	0.08	水	22.00	油揚げ	6.00
でんぶん	0.20	(冷)グリンピース	5.00	白つきごま	1.00	でんぶん	2.20	かつおぶし粉	0.60
水	0.30	サラダ油	1.50			ごま油	0.50	水	2.70
		★薄力粉	5.25	【ほうとう汁】		トウバジンジャン	0.25	塩	0.10
【3色ナムル】		★バター	2.80	★ほうとう	13.00			みりん	2.00
こまつな	20.00	サラダ油	2.50	豚バラこま肉	10.00	【中華サラダ】		しょうゆ	2.50
豆もやし	35.00	塩	1.40	かぼちゃ	16.00	はるさめ	2.00	さとう	0.50
にんじん	15.00	こしょう	0.02	にんじん	8.00	にんじん	10.00		
さとう	0.22	水	25.00	だいこん	16.00	キャベツ	35.00	【田舎汁】	
塩	0.40	★調理用牛乳	80.00	はくさい	12.00	もやし	25.00	鶏もも皮なしこま肉	10.00
にんにく	0.15	★生クリーム	2.00	ながねぎ	8.00	くきわかめ	4.00	ごぼう	10.00
ごま油	1.00			まいたけ	5.00	さとう	0.60	だいこん	10.00
白いりごま	1.00	【大根のフレンチサラダ】		油揚げ	4.80	しょうゆ	2.20	にんじん	10.00
		だいこん	30.00	赤みそ	4.80	酢	2.00	さといも	20.00
【くずきりスープ】		きゅうり	25.00	みそ	4.80	ごま油	0.60	まいたけ	8.00
豚ももこま肉	15.00	にんじん	15.00	けずり節	2.00	白つきごま	1.00	こんにゃく色紙	10.00
にんじん	15.00	(冷)ホールコーン	5.00	煮干し	2.00	塩	0.30	生揚げ	15.00
はくさい	25.00	オリーブ油	3.00	水	125.00	こしょう	0.01	ながねぎ	10.00
ながねぎ	20.00		2.40					サラダ油	0.60
くずきり	9.00	さとう	1.10	【果物(せとか)】		みそ		5.00	
生しいたけ	5.00	塩	0.40	せとか	50.00	鶏もも皮なしこま肉	10.00	赤みそ	6.00
塩	1.00	こしょう	0.06			にんじん	10.00	濃縮だし(かつお)	10.00
しょうゆ	2.00			【牛乳】		たけのこ缶	16.00	水	100.00
		【オレンジジュース】		★牛乳	206.00	しめじ	5.00		
けずり節	4.00	オレンジジュース	208.00			えのきたけ	4.00	【果物(いちご)】	
水	130.00					生しいたけ	5.00	いちご	50.00
【果物(いちご)】						たまねぎ	15.00		
いちご	50.00					こまつな	5.00	【牛乳】	
【牛乳】						★卵	18.00	★牛乳	206.00
★牛乳	206.00					塩	1.00		
						しょうゆ	1.40		
						こしょう	0.02		
						でんぶん	1.00		
						ごま油	0.40		
						けずり節	4.00		
						水	120.00		
						【果物(はるみ)】			
						はるみ	50.00		
						【牛乳】			
						★牛乳	206.00		

[詳細 献立表]

詳細献立表の記号について

★… 特定原材料8品目(小麦・卵・乳・えび・かに・落花生・そば・くるみ)を含む食材です。

2026年2月1日～2026年2月28日

センター南大沢 2026-01-13 印刷